MAR - 2 1941

WOMAN WORLD

成都新女性

第一六五期（第二年）第一版

社長尹梅伯

美與運動

姑娘們 面部美僅是美的一部分 求整個的美你必須運動

我們對於自己的面貌，無論生得怎樣，都沒有抱怨的價值。然而容貌嬌美，皓齒明眸，固然能增加女子的美，也不過人體中美的一部分，一個女子僅僅得着面部的美，其他身體各部都得不着平均發育的美，當然不能稱她是美人。面部的美，可用美容術，化裝品和種種的方法增加它的美。但是人工的美斷不能及自然的美，因爲自然的健康美是要全身各部都有平均的發育，各部都呈現美的狀態，這種美，非人工化裝所能爲力的，是要多練習運動，才可以達到的。

在各種運動中，網球是最能增加女子健康美的一種，其他如游泳，哥而夫，跑馬，亦各有它的功效。譬如打網球，當你走到網球場上，你就覺得快活，因爲你對於網球是很有興趣的，等到你拿起網拍與對方拍起球來，你更覺得興奮，玩了不久，即能使你全身的血脈流動。當你玩到高的時候，即使你心內有甚麼創傷，也會忘記一切。可見這種運動，不但能使身體强健，而且還可以增加樂趣，減少煩惱，要知苦悶和煩惱與一切都是損害美的要素。

如果在你覺着心裏煩悶，性子急燥的時候，最好出外去運動半小時，這樣，可使你的乖暴脾氣平復下去，運動確有減少人的精神痛苦的效力，又能保持女子嬌美的容顏，使它不易消逝，這是多麼有益的事啊！

在過去的時代，我國人士都是崇尚病態美的，以女子有三寸的金蓮，弱不勝衣，風大一點就會把她吹倒，這樣才算是美。到了近二十年來，社會一般人的眼光，雖然改變了許多，然而仍以肉色嬌嫩雪白嬌小爲美的重要條件。本來女子要有健康美，皮膚要微帶紫黑，全身各部的肌肉都要平均發達，才算是美。的確，健康美是好的，然而要得着健康美，就非要多練習運動不可，多練習運動，多曬太陽，就能使你身體健康，增加美麗活潑。

到底運動能否增加女子的美，是一般不喜運動的小姐們所懷疑的，這可舉一個例子來証明：試看年紀漸老的婦女們，她們美必定日漸消逝的，因爲她們已不像少年時候那樣喜歡運動，終天無所事事地坐在家裏，以致身體失去康健，康健失去之後，她們的肌肉就會枯瘦起來，而貌也因之變成醜陋了。倘使這一班年老的婦人，仍能每日領她的孫兒到郊外行走，或在戶外種他們遊戲運動，那末她們必感覺精神快慰，身體康健，而她們的容顏也多少能保留少年原有的美。

運動和美的關係是怎樣？它主要的關係，就是練習運動能使運動者增加健康。

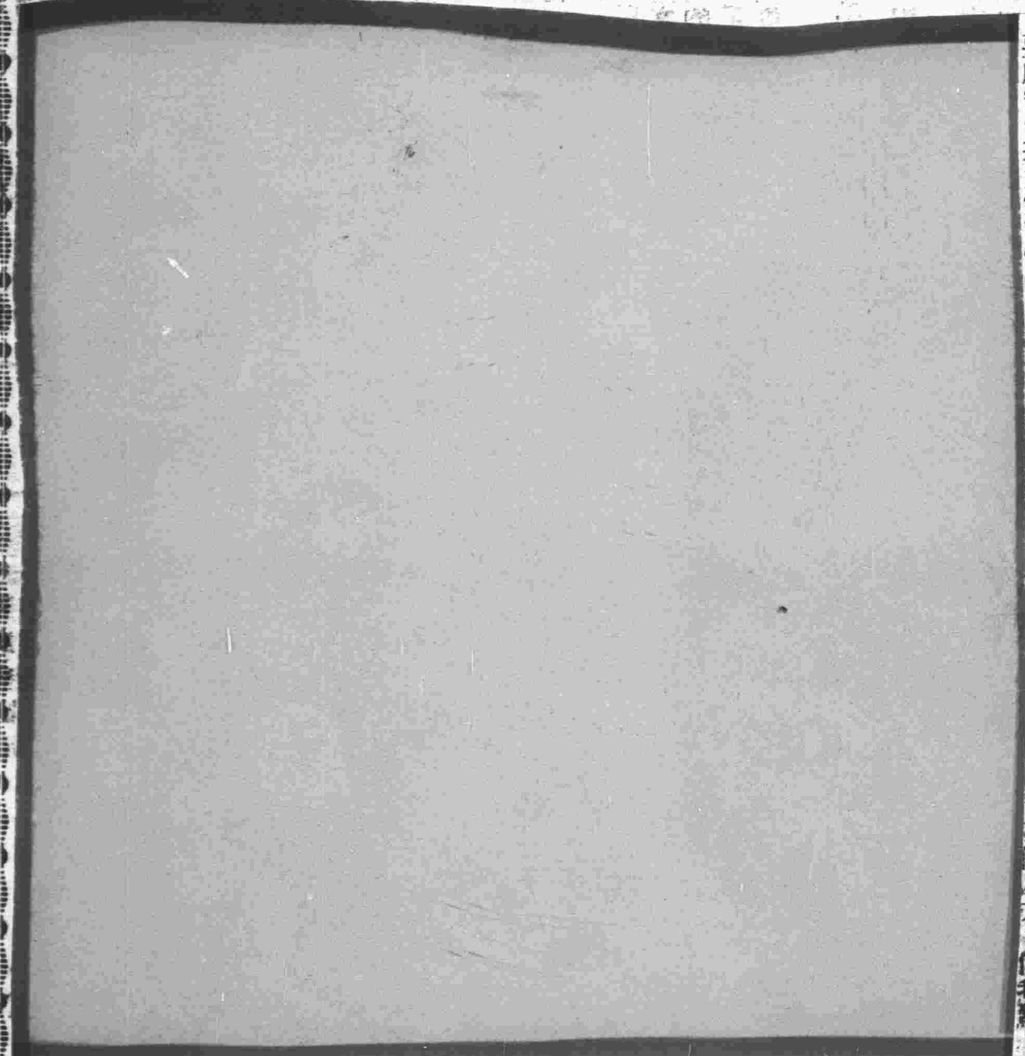
（晨）

你陷入愛海麼

性知識不可不知 可免去將來煩惱

〔譯者按：作者保羅（Paul Popenoe）是美國著名生物學家，歷任「家庭交誼會會長」，遺傳月刊總編輯等，後來出版了一本「現代婚姻」頗獲盛名，而成美國性學權威之一。〕

有一個速記員寫信給我，說她屬意某青年而欲委身於他，但那青年提議若允許他一個條件才答應。他說「快樂的婚姻重要處完全基於雙方性的相調，他堅持說我



但却願意試一試這科學的方法。她不敢冒然而試，所以問我的意見怎樣。

這種論調顯然表示一般人對性相調認識的膚淺！這好像性的相調是必須的，因此他們認定一個圓滿的婚姻就在這裏決定。這頑固的想象竟能遍佈四方，使我驚訝之至！

實在說起來，錯誤性的配合往往根乎其本，在不良的環境中。如欲促使秘密地愉人發覺，畏懼懷孕，女方恐懼對方此後將對之漠棄而對她並沒有結婚的企圖。由於這上種種困難，我們並不奇異，許多美好的婚姻被這種錯誤的想像所破壞。同時，個嚴重的問題亦遂之而產生：這人或者因爲自覺能力較差，發現反常，而實際他是很正常。

結果雙方互相責難試驗的失敗，而不自知錯誤均在自身。兩人的情感亦愈相逆，則這種不自覺的傾向亦愈深，於是婚姻失敗。這種人，很可能將來亦不會獲得快樂的婚姻。

那麼人們究竟如何才能決定一個快樂性相調的婚姻呢？他們應擁有常態的感情和態度；他們應當是富有智識，互相了解和深切地明瞭性的理論。那麼這書要能教育——現已可於正當的科學書籍中獲得——決不是那種變相色情衛生書籍或類似之小說。並且在生理狀況上他們應當是恒久不變的，互相對婚姻有永久相偕筑鞏的意想。

對於這種基本的條件能解決之後，那麼，於婚姻上性的調合慈不再有什麼煩惱了。

——石穎

本報徵稿啓事

敬啓者：本報自即日起至本月底止徵求關於三月八日婦女節之文字照片及漫畫，敬希讀者賜稿，一經披露，報酬從優。

藏館書圖平北立國

天津特別市公署新聞事業管理所許可試辦 中華郵政登記認爲第二類新聞紙 社址：天津特別一區福州路二十六號

第十一期出版現已到津

生活像館 京都府井大街 照像 電話東一〇四〇 攝影室 背景最宜士門內 婦女拍照

東公司 答疑 主顧 放大 個月 十七號 津 路 理髮店 分部 式樣漂亮 技術新型 指甲染色美術 有女技師担任修理 衛生間 南口西路六號

理髮館 歡迎各界仕紳蒞臨惠顧 北京西長安街 電話西局一七三三 電話二六五五八九

婦女新都會 WOMAN WORLD 畫報

經期中婦女衛生

偶一不慎易致終身疾病

婦女們在經期，衛生偶一不慎，往往易於受病，或且終身不癒，或致精神抑鬱。所以這個時候的衛生，是不可不注意的！最要當避免性慾，以免危險，因爲此時不加愼重，每易患血淋症。此外如身體的靜養，精神的安慰，飲食，睡眠，衣服，沐浴等，都應該特別謹愼。現在簡略伸說于下：

天津名閨鮑蘭珠小姐 曼贈

身體的靜養

經期得到的時候，切勿勞動過度，以免發生肚痛，腰酸，頭昏，噁吐，胃口不佳等症。至于經期中尤須免去一切勞動，使身體安適，但是終日靜坐，也是不對的。最好，稍事散步庭園，以舒暢精神。女學生在此期內，尤宜注意，如賽跑，跳高等運動，更須切戒，否則很容易惹起血經不調，血崩，或子宮轉位，閉經以及將來影響到事上的妨碍，不可不愼。

精神的安逸

行經的時候，安逸精神是尤其重要的。多半婦女們患經病的都是由于用腦過度，或憂鬱，或喜怒哀樂逾常，每一項都足以促成月經不調等症。所以此時要廢除一切思慮憂鬱，安養精神。至于女同學在這個時候，閱讀過于提精神的書籍，或因校中試驗迫切而用功，都是傷身的媒介，應該注意。

飲食的謹愼

在經期中飲食最忌含有辛酸等東西，烟酒亦至於生冷輒物也不要食用的話就很容易發生肚痛，腰酸，頭昏，噁吐，胃口不佳等症。至于經期中尤須免去一切勞動，使身體安適，但是終日靜坐，也是不對的。最好，稍事散步庭園，以舒暢精神。女學生在此期內，尤宜注意，如賽跑，跳高等運動，更須切戒，否則很容易惹起血經不調，血崩，或子宮轉位，閉經以及將來影響到事上的妨碍，不可不愼。

睡眠的充足

經期中睡眠要比平時充足，夜以九小時爲度，睡眠不足，則

（下）

歐戰珍聞

新武器電耳炸彈

李·李·

筆者前介紹新發明之「電耳魚雷」，該則此火箭立即受聲之感應，由聲學儀器發動磁性機關之作用，自動直向發聲處駛去，其巧妙誠堪與德國之磁性魚雷媲美。近又有應用同理發明之電耳炸彈，亦係利用聲音控制行動。此炸彈形似火箭，前進速度極高，能達每小時九百哩。發明者爲美人菲斯氏。據菲斯氏稱：此火箭內部裝有磁性之控駛機關，及聲學儀器，如有敵機之摩托聲發生時，動水波，誘魚雷即自動向發聲處駛去。如預先佈置於重要海口處，敵艦行至附近爲被轟擊，其巧妙誠堪與德國之磁性魚雷媲美。近又有應用同理發明之電耳炸彈，亦係利用聲音控制行動。此炸彈形似火箭，前進速度極高，能達每小時九百哩。發明者爲美人菲斯氏。據菲斯氏稱：此火箭內部裝有磁性之控駛機關，及聲學儀器，如有敵機之摩托聲發生時，之摩托聲鼓經過時，船中，至有船器係設置水力亦極强云。美國

（圖爲菲斯及電耳炸彈模型試驗情形）

衣服的調和

經期中腰部衣服最該注意，過冷就容易起痛經，及經閉等症；過暖，又容易起經水過多的病。

清潔的注意

在經期內不應該全身沐浴，但是爲了要保持清潔起見，可用局部抹拭法，不過浴水定要沸透，待溫和以後再使用，或加少許消毒藥水在內，以免去細菌的侵入，恐有生瘡腐爛等症發生。還有經帶，這是與身體有直接關係的，最宜清潔。用時最好先經過消毒，用後尤須洗滌清淨，晒乾，方可以復用，可是普通一般婦女們，多以爲這是污濁的東西，不加注意，用完以四度的呢。我們吃含

社交必讀

第三課 宴會中

也就是保持愛情的方法

宴會，在座客人都希望愉快滿意，但是因爲某一對夫婦滿座不歡，那麼下一次準保沒有人請你們了。您或者還想：「請不請沒有什麼了不得，妻和我的生活眞是風平浪靜，可是外界憑直招人頭痛」。這種場合，各位太太都請想一想。

黛玉秀而未麗

因爲她們胖瘦不稱 欲得適中須當治療

（下）

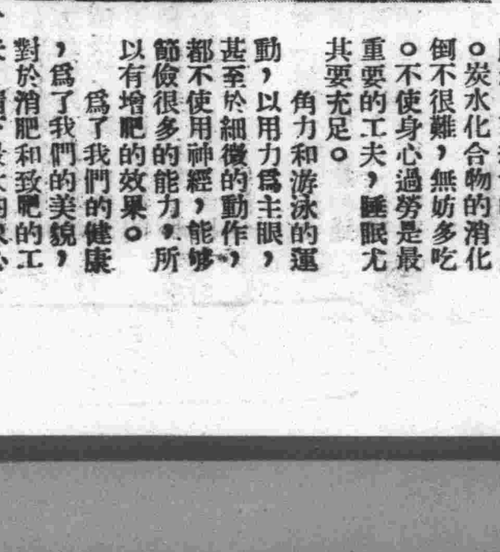
爭和跳躍，消耗能力最大，繼續做去，會漸漸的消肥，特別以脚爲瘦。網球使用很多的神經，消耗能力較多，也是能致瘦的運動。

新鮮的果蔬的汁液，如果按定時飲下，很能取消肥的功效，並且多吃了於身體毫無所害的。

爲甚麼飲用這些汁液要在餐前餐後一二小時呢？乃是爲了使血液吸收這些汁液的純淨狀態。如果剛吃了飯便飲用，汁液與飯混合，便失了功效，如果是純淨的汁液，被血液吸收，便能把身體中各部的廢物清除出去，多餘的脂肪，不過是被排除之一而已。

這些汁液必須新鮮，最好臨時來做，不然也必須當天做的方可，市上所賣的橘子露等，是毫無效力的。

既達到消肥的目的之後，依然要保守下面的習慣：一，少吃含炭的食物；二，多做運動；三，常食新鮮果蔬；四，摒除吃閒食及其他飲料的嗜好，如茶，咖啡，餅乾，冰淇淋，可可，糖果之類最好不用，——如果不小心，便會再肥胖起來，還有每星期可以絕食一天，這種絕食辦法，是經過科學的審察試驗，決不會有害健康，不但有助消肥，並能治療胃腸病。



對付肥胖還算容易，多半是心路窄，神經過敏的無力性體質，改變性情是如何艱難呢！「心廣體胖」是很對的。但心如何能廣？那全在個人的學識和涵養了。本人便是此種瘦人之一，雖然自己時常努力不勞心，但心却是總不肯偷懶，所以總不見胖，但是長久的努力也是能够見效的吧。

多吃含炭的食物，對於瘦人未必有益，因爲瘦人對於脂肪的消化和吸收的力量多是天生不强的，勉强的吃，倒要有害。比較魚肝油最易消化，其次便是花生油芝麻油，可適量的食用。炭水化合物的消化倒不很難，無妨多吃。不使身心過勞是最重要的工夫，睡眠尤其要充足。

角力和游泳的運動，以用力爲主眼，甚至於細微的動作，都不使用神經，能够節儉很多的能力，所以有增肥的效果。

爲了我們的健康，爲了我們的美貌，對於消肥和致肥的工夫，請下最大的決心和恒心吧！（榮）

愛人牆

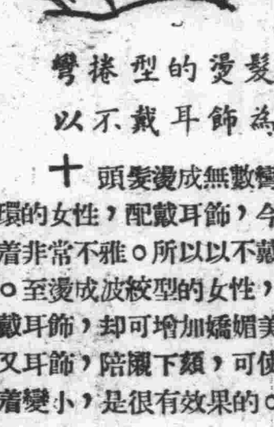
刻名紀念 並證久暫

巴克達風景優美，如一年內刻名處被蘚苔遮蓋，即爲二人愛情不能長久之證。圖中少女Gene小姐因恐蘚苔侵損伊之芳名，乃故意用力刻深，俾使伊之刻名得以長留云。（李）

法髮燙的易簡

功成可即中眠睡

九近來燙頭髮的方式，非常流行。不過若一一電燙，未免過於麻煩。現在讓我來介紹一個方法：夜間就寢前，可以裝上捲髮器，至翌晨解下，便完全彎捲好了。



髮燙的型捲彎

妙爲飾耳戴不以

十頭髮燙成無數彎捲小髮，今人看佳。戴爲不以所。雅不非常着。至燙成波紋型的女性，若配戴耳飾，却可增加嬌媚美態。其看下頦，可使又耳飾，陪襯，是很有效果的。

美容顏 各商店均經售

新華日記 每冊特價二元 新書 泰倫分社

浙興業 經理商業銀行一切業務兼辦各種儲蓄存款事宜

大生號 北京地址北京西交民巷 辦理商業銀行一切業務

華國銀 辦理商業銀行一切業務兼辦儲蓄存款事宜 國內外各通商

中國實業銀行 辦理商業銀行一切業務 利息優厚 特設兩種儲蓄存款 即可開給存單

中華工業銀行 北京營業種類 資本金一千萬元 收足伍百萬元 設立民國七年十一月 辦理商業銀行一切業務 分行地址西交民巷三十六號

好萊塢的隱患

現已蒙罩一片黑雲　前途怎樣但待開拓

▽…市場的問題——好萊塢是影片發源地，一年收入何止億萬；但據調查者美國片僅在本國市場，則影業必將大受影響，破產地位。想起這個問題實應回溯到十年以前，剛發明有聲片時，好萊塢影片公司自國外。英國因同文同語之故銷路亦以它佔大多數，斯堪的那維亞半島及法國次之。市場若一旦停頓，浩大的開支費及影星費，必把好萊塢陷於破產地位。想起這個問題，因爲它的收入有百分之三十至四十是來自國外。英國因同文同語之故銷路亦以它佔大多數，斯堪的那維亞半島及法國次之。市場若一旦停頓，浩大的開支費及影星費，必把好萊塢陷於破產地位。想起這個問題實應回溯到十年以前，剛發明有聲片時，好萊塢影片公司爲噱頭，或以舞台播音台爲背景，甚至有歌劇明星，著名樂隊，引用最近製成大美聯美片之亞力山大梅兒奧伯朗被柯達公司訂立拍片合同，會好萊塢旅行，正趕上十一，一對電影表示厭倦而已。

梅兒奧伯朗

▽…觀點之謬誤——不久白雪公主撮製完竣，轟座奇盛，超過任何片記錄，影業公司以爲這僅是一時新鮮奇特的噱頭，平常眞人眞物的片子是不可能的。不料撮製經年的亂世佳人在開映後不過數月，出人意料之外，比白雪公主賺的錢多出三倍，且有超過20,000,000的可能。這一來影片公司似對觀衆心理了然了，以爲觀衆所需要的無疑是浩長而票價高的片子。現在影片中公司就按這個宗旨撮製，你能想出好萊塢是犯了什麼毛病，令人厭倦的片子。好萊塢的前途是黑暗的，假若僅僅尋找些不通的或謬誤的方程式，那麼我們看吧，陰影不久將蒙蓋比的鏡頭無情剪去，於是製片家不得不常撮製帶有兒童意味等的片子。現在又是春天了，那清脆而柔軟的音調又該在大街小巷顫動了。

——尤銘——

×××

坤伶鄭永如之便裝像

費雯麗的成功史

——舉成名前途極光明

她生於華印邊境的德吉嶺城，父親是英國人，母親是愛爾蘭人，六歲時被送回英國，童時讀書於嚴時入倫敦戲劇學校，在那裏練習聲音，歌舞和表演等課程。十九歲和荷門先生結婚，一見之下，覺認爲是深刻的表情和美麗的姿態，實在可說是影史上罕見的全材，以一部片子而得到金像獎，雖蓓蒂黛維絲和韓愛梨恐怕也要自歎弗如吧！

影星費雯麗近照

從特種文藝影片「亂世佳人」，公演後，每個人腦中全都深印住女主角費雯麗的影子的確，她那種深刻的表情和美麗的姿態，實在可說是影史上罕見的全材，以一部片子而得到金像獎，雖蓓蒂黛維絲和韓愛梨恐怕也要自歎弗如吧！

她生於華印邊境的德吉嶺城，父親是英國人，母親是愛爾蘭人，六歲時被送回英國，童時讀書於嚴時入倫敦戲劇學校，在羅勃泰勒主演的「亂世佳人」女主角的測驗，就跑去參加「倫敦行」應試，想不到製片家一見之下，覺認爲是

空襲下的婦孺
生活極感困難
少衣缺食無住處

轟炸機裏面的機師一搬機子，烟霧和鋼彈就從半空落下，不一會，鋼骨和磚石，就飛上了天，這不過剎那工夫，人們的家屋和性命於是起了震動？一夜接着一夜永是如此。次日早晨憔悴疲乏的人們爬出了公共防空壕——禮拜堂裏的土窖，在寒冷的馬路上索索地抖了一陣，有些婦人的晚裝衣服上面罩着大氅，有些小孩兒用一小塊布裹着。在清晨他們就順着大街走，眞像教堂寒風裏的一羣活鬼。

他們走過沒有窗戶，沒有前門，沒有屋頂的房子和炸成瓦礫場的房子，不知道自己家裏現在怎樣了。忽然走到轉角地方，猛然碰着頭頂大鋼盔的警察，在那里站崗。

頭髮光潤二十一歲的年青的瑞特太太穿着拖鞋站在街上，懷抱小孩兒，手提皮箱，直瞪瞪地看着警察的臉，半張着嘴角，一動一動的，她那清晰的口齒，彷彿精着說話當消遣，可是她當眞還作消遣麼？或是迷惘和憂苦震動了她的嘴和語聲？瑞特你去問警察好了，警察無論什麼事都能回答你！」

警察可搔了頭，這些難民眞不好辦，星期一我就去撿藏所大房子裏有多年了的了，那里的磚瓦現在或者已經成了砂礫，屋架已經成了破木片，或者這條街因爲是危險地，轟炸機快要來了。

無論怎樣說，這些人們只穿着隨身衣裳成羣的站在街上，有什麼辦法呢？警察也說不出所以然來，只好勸他們去投親友或是比較幸運的隣居。

「姑娘，我也說不出，你最好去問巡長吧！」

於是年青的瑞特夫人，裹起小孩提皮箱到那一路角去問巡長。聽完了她的話，巡長竟指示給她了，眞眞湊巧，運氣好，他們那一鎭——斯得聶鎭不像被炸最重的市鎭，有一個地方是替這鎭難民預備的。

太太究竟經過了什麼，顚簸呢？

她說：「我住在斯得聶鎭海洋街的二

巡長指點給她：去到二時無家可歸的難民收容所，就在路端的市民廳。

瑞特太太眞走運，那收容所裏替七個月的嬰兒換了襁褓，沒有檯布的桌子替暫時無家可歸的斯得聶鎭人民——尼僧，救世軍的女孩兒，和貧民——擺上了，發給他們的親友可以到什麼地方去找他們？」

「姑娘，我也不明白，我想必有原故。」

「那麼我到那裏去吃飯？替我的小孩換換濕布，找一張床晚上好睡覺呢！」

無家可歸的問題——無論住房已否被炸——眞是最嚴重最可怕的問題，對這問題又沒有準備，主持救濟事業的威靈克先生的工作眞眞難當，手續遲滯無章，作起來更覺艱難了，恐怕他老先生最難的工作還在打破人民因官樣文章和救濟手續繁亂而對夜間空襲危險所生的恐懼心。

——金金——

檢三斗賺一先令，我們還照常的作工。

「爲什麼官面不發通知給無家可歸的人，告給他們到什麼衙門去請求救濟，他們的親友可以到什麼地方去找他們？」

「那麼我到那裏去吃飯？替我的小孩換換濕布，找一張床晚上好睡覺呢！」

「姑娘，我也說不出，你最好去問巡長吧！」

於是年青的瑞特夫人，裹起小孩提皮箱到那一路角去問巡長。聽完了她的話，巡長竟指示給她了，眞眞湊巧，運氣好，他們那一鎭——斯得聶鎭不像被炸最重的市鎭，有一個地方是替這鎭難民預備的。

倚雲 ◇ 娜娜

她預備一直的回到了斐亞的懷裏，但是像軟軟的礴在海綿上，又輕輕的被彈回了原地方。斐亞也回了家，她偷偷的住在一個僻靜的角落裏重要新做人，她爲了新生命的開始，她要多念一點書，求一些經驗，再找一點事情做，可是他」想到做人的責任，便立刻有一個黑的影子，在她眼前閃過一個肖胖美麗初生的孩子，消失在一個胖婦人的背影裏，這是她心上難以泯滅的傷痕。

（四）變

爲了環境的不定，娜娜和珍妮是久疏音訊竟眼中見到的全是燈，燈在閃灼着跳得娜娜心慌，娜娜的雙脚失了重心力，向前一栽，娜娜摔出了陰暗的存身處。她被一個路人扶起，她回恢了原有的意識，她的心上壓上了一塊冰，她感到全身是冷起了栗粒，兩條冷僵了的腿蹌踉的逃回安身地，靜中思過，她覺得母親的話是對的，她預那樣做了。

◇ ◇ ◇

出了醫院的娜娜是覺得無累一身輕，她想她

他請星哥去找斐亞，帶着她的一紙訴苦狀，第一次是少爺同少奶奶去看電影去了，沒在家；二次是少爺同少奶奶上市場啦，不知幾時回來；三次少爺在家不願見客，星哥對斐亞起始懷疑，他開誠的告訴了娜娜。但是她不承認斐亞變了心，她在每天的深夜徘徊在斐亞家的附近的陰暗裡，她想見到他一面，如此的期待着。一天她看見斐亞和他的妻雙雙的坐上汽車由她的面前馳過，娜娜每一條血管中的血都在奔騰着，燒到了她的臉和全身，他瞪大了眼看着車後飛馳的灰塵中小紅燈的光，同時母親房中的燈光也在眼前與紅燈相映

訂閱一月六角四分 全年七元五角 廣告定價克己

新光月刊 同照 北王城東 明明 一第 安東 北京 藝術宮 怡生 華美光線新型 遠攝影 春節贈送 一天 界租法 京北 各界仕女 中央 各界代表說備 時裝內容 各界代表說備 中央 各界代表說備 整裝待發 各界代表說備 中央 各界代表說備 中央 各界代表說備 中央